

体の部位から探す

髪

目

肌

歯と口

喉

胃腸

骨と関節

尿路

血管

心臓

腎部と腰

腎臓

症状から探す

老化と肌の問題

AGA/FAGA

ストレス管理（気分とエネルギー）

免疫力とアレルギー

体重管理

血圧

消化器系の問題

骨と関節

栄養とライフスタイル

性感感染症

性機能障害（EDと早漏）

ニュース



海外から届くまでの流れ：輸送ルートと手続きの完全解説



品質を支える製造現場のリアル：安全・高精度の薬づくりを徹底解説

< 戻る

ママと赤ちゃんが安心して使える、
安全な保湿クリームの選び方

ママと赤ちゃんが安心して使える、安全な保湿クリームの選び方

3月 31, 2026 - By Dr. Ammu Muralleedharan

赤ちゃんの肌に触れるものは、できるだけやさしいものを選びたい。そう感じるのは、ごく自然なことです。

赤ちゃんの肌はやわらかく、とても繊細で、自分を守る力をまだ十分に持っていません。一方で、妊娠中から産後にかけては、ママの肌も大きく変化する時期です。

赤ちゃんのデリケートな肌と、自分自身の肌を守ることは、すべての親にとって大切な優先事項です。この敏感な肌に何を塗るかは、多くの人が思っている以上に重要です。

この記事では、隠れた化学物質やアレルギー、将来の肌トラブルへの不安が高まる中で、安全なママ＆ベビー用スキンケアクリームを選ぶことが、単なる「保湿」ではなく、「信頼」「安全性」「最初のひと塗りからの丁寧なケア」という視点で考えるべきテーマであることを解説します。

目次 (もくじ)

- 安全なママ＆ベビー用クリーム選びが大切な理由
- 関連記事
- 安全なママ＆ベビー用クリームの主な特徴
- ママと赤ちゃんの肌に安全なクリームの選び方
- ママ＆ベビー用クリームを安全に使うために
- まとめ
- よくある質問
- 免責事項
- 参考文献

安全なママ＆ベビー用クリーム選びが大切な理由

赤ちゃんの肌は大人の肌より約20～30%薄く、刺激や乾燥、成分の浸透に対してとても影響を受けやすい状態です。同時に、産後や授乳中のママの肌はホルモンバランスの変化により、やはりやさしいケアを必要とします。この時期は、赤ちゃんの肌もママの肌も敏感度が高くなっています。



薬を安全に使うための完全ガイド：副作用
対応・保存管理・海外製薬の流れ

最近の投稿



5月 02, 2026
胸ニキビの原因とケア方法、治療の選択肢について



5月 02, 2026
花粉症薬の強さランキング | 種類・特徴・副作用を比較



5月 01, 2026
内分泌系とは？その働きと器官まとめ



5月 01, 2026
脱毛剤の副作用とは？リスクとその対処法



5月 01, 2026
ACA治療はいつやめるべきか：続ける期間と中止後に起こること

このブログは役に立ちましたか？

あなたの名前

あなたのメールアドレス

主題

あなたのメッセージ (オプション)

提出する

- 赤ちゃんは皮膚のバリア機能が未熟である
- ママは出産後、乾燥、妊娠線、敏感さなどを感じやすい
- スキンケアに含まれる刺激の強い成分は、湿疹、かぶれ、アトピー性皮膚炎、アレルギー反応などのリスクを高める可能性がある

WHO（世界保健機関）の母子ケアに関するガイドラインでも、新生児と産後の母親には、やさしく、香料を含まず、科学的根拠に基づいたスキンケア製品の使用が推奨されています。

関連記事

グルタチオンはどのくらい摂ればよい	グルタチオンの副作用とは
グルタチオン点滴と高濃度ビタミンC点滴の比較	高濃度ビタミンC点滴でエイジングケア
アンチエイジング注射とは	肌にうれしいグルタチオンとは

安全なママ＆ベビー用クリームの主な特徴

皮膚科・小児科のテスト済みであること

臨床的にテストされ、小児科専門医の推奨を受けているママ＆ベビー用クリームは、毎日安心して使える目安になります。敏感な肌にも使えるかどうかを判断する助けにもなります。こうしたクリームは次のような特徴を持ちます。

- 刺激性テスト済みである
- 新生児と産後のママの両方に使用できる
- 肌のバリア機能の発達を支える
- 成分ができるだけシンプルである
- 処方が簡潔で、無香料タイプが多い

天然由来・オーガニック成分であること

質の高い植物性天然由来成分を使ったナチュラルなベビークリームは、強い化学物質に頼らず、肌をやさしく守り、うるおいを与えるのに役立ちます。「オーガニックのママ＆ベビー用クリーム」といった表示や、次のような成分が含まれているかを確認するとよいでしょう。

- シアバター
- カレンデュラ
- アーモンド油
- カモミール
- ヒマワリ油
- アロエベラ
- ココナッツオイル
- ミツロウ
- ホホバ油
- オリーブ油

こうしたオーガニック系のクリームは、合成防腐剤や人工香料への曝露を減らす一助になります。

有害なおそれのある成分が含まれていないこと

赤ちゃん用のクリーム選びでは、次のような成分が入っているものは避けたいところです。

- 合成着色料
- ホルムアルデヒドを放出する防腐剤
- 石油由来の鉱物油
- 肌を乾燥させやすいアルコール類
- パラベン
- 硫酸系界面活性剤（SLS／SLES）



- PEG系成分
- フタル酸エステル

本当に安全なママ＆ベビー用クリームは、成分がすべて明確に表示されています。「クリーン」「低刺激」「敏感肌用」などの表現は一つの目安にはなりますが、必ず全成分表示を自分の目で確認してから使うようにしましょう。

高い保湿力と肌バリアのサポート

赤ちゃんの肌を守るクリームは、肌の奥までしっかりうるおいを届け、乾燥による水分蒸発を防ぐ力が重要です。次のような成分が含まれているものは、肌本来のバリア機能を支え、乾燥対策に役立つとされています。

- グリセリン
- セラミド
- 必須脂肪酸を多く含む植物油
- ビタミンE

できるだけシンプルで、根拠に基づいた処方

小児皮膚科や新生児医療のガイドラインなど、信頼できるスキンケアの推奨では、アレルギー反応のリスクを減らすため、次のような処方が望ましいとされています。

- 処方がシンプルであること
- 香料無添加であること
- 成分数が最小限に抑えられていること

ママと赤ちゃんの肌に安全なクリームの選び方

どのクリームを選ぶか迷ったときに、一般的な製品と安全性の高い製品を見分けるポイントは次のとおりです。

- パッケージに記載された対象年齢を確認する。「出生直後から使用可」「新生児向け」なのか、「生後3か月以上」なのかをチェックする
- 全成分表示をよく読み、できるだけシンプルで植物由来の成分が中心であり、植物名がはっきり記載され、合成成分が最小限にとどまっているものを選ぶ
- ラベルに記載された「皮膚科テスト済み」「小児科医推奨」「低アレルギー性」「～不使用」などの表示を確認する。目安にはなるものの、絶対的な保証ではないことも理解しておく
- 製品や原料に対し、有機認証やナチュラル認証（USDAやEcocertなど）を受けているかどうかを参考にする
- 肌悩みに合ったものを選ぶ。乾燥、皮むけ、湿疹傾向など、状態によって適したケアは異なるため、小児科医や医師に相談するのがおすすめである。例えば次のように考えられる

新生児・乳児の肌の場合

次のような選択肢を意識するとよいでしょう。

- 軽い使い心地で無香料のベビー用保湿クリーム
- 沐浴やお風呂のあとに、毎日保湿をする習慣
- 顔とからだの両方に使えるベビークリーム

授乳中のママの場合

授乳中のママは次の点に注意すると安心です。

- 有害な成分を含まず、低アレルギー性のママ＆ベビー用クリームを使う
- 頻繁に塗り直しても安全なものを選ぶ



- 香りの強い精油を含まない製品を選ぶ

妊娠中・産後の肌の場合

次のような特徴を持つクリームを選びましょう。

- 肌のハリと柔軟性を支える、こっくりした保湿力のあるクリーム
- 乾燥や敏感さをやわらげる処方であること
- 出産後の肌の回復をサポートする成分が含まれていること

最近では、オンラインドラッグストアや薬の通販などのサービスを利用してベビーケア用品を探す方も増えていますが、見た目の印象や宣伝だけで判断せず、成分や安全性をしっかり確認することが重要です。

ママ＆ベビー用クリームを安全に使うために

新しく使う製品は、ママと赤ちゃんそれぞれの肌で必ずパッチテストを行いましょう。腕の内側やひざの裏など、目立たない場所に少量を塗り、24時間ほど様子を見ます。

お風呂や沐浴のあとは、肌が少ししっとりしているうちに、ママ＆ベビー用クリームを薄くのぼして塗ることで、水分をしっかり閉じ込められます。

おむつまわりのケアには、その用途専用として推奨されている製品だけを使い、あわせて清潔を保つ基本的なケアも徹底します。

もし浸出液が続く、赤みが引かない、赤ちゃんが不快そうにしているなどの変化が見られた場合は、その製品の使用を中止し、小児科または皮膚科に相談してください。

まとめ

安全なママ＆ベビー用クリームを選ぶうえで大切なのは、華やかな宣伝文句や流行に左右されることではありません。自分と赤ちゃんの肌に必要な成分や特徴を理解し、納得したうえで選ぶという「情報に基づいた判断」です。将来のトラブルを防ぐためにも、できるだけシンプルで肌にやさしい処方を優先しましょう。

特定の成分や製品について不安がある場合は、自己判断で使い続けるのではなく、医師に相談してアドバイスを受けるようにしてください。

よくある質問

Q1. ママと赤ちゃんが同じクリームを使っても大丈夫ですか。

ママと赤ちゃんの両方に使えるよう設計されたクリームで、刺激の強い成分や香料を含まないものであれば、同じものを使っても問題ありません。

Q2. 敏感肌の赤ちゃんには、どんなクリームが向いていますか。

香料無添加で低刺激性のものや、植物オイルやセラミドが配合されたクリームが、敏感な赤ちゃんの肌には適しています。

Q3. オーガニックのママ＆ベビー用クリームは本当に良いのですか。

オーガニックのクリームは、化学物質への曝露を減らしやすく、敏感な肌にも受け入れられやすい傾向がありますが、最も重要なのは全体の処方の質です。

Q4. ナチュラルなベビークリームで、乾燥や湿疹を防ぐことはできますか。



継続して使うことで、うるおいを補い、肌のバリア機能を保つ助けとなるため、乾燥やかぶれなどの予防につながる可能性があります。

Q5. ベビークリームはどれくらいの頻度で塗ればよいですか。

一般的には、1日1〜2回の使用が目安です。特にお風呂や沐浴のあと、また肌が乾燥して見えるときに塗るとよいでしょう。

免責事項

本記事の内容は教育的な情報提供を目的としたものであり、専門的な医療アドバイスの代替にはなりません。新生児や産後のママに新しいスキンケア製品を使用する際は、必ず小児科医、皮膚科専門医、または適切な医療専門職に相談してください。

参考文献:

Emiza Inc. Ensuring Regulatory Compliance In Baby Care Warehousing: Safety And Quality Standards [インターネット] . Emiza Inc公式サイト. 2023年11月6日公開. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://www.emizainc.com/ensuring-regulatory-compliance-in-baby-care-warehousing-safety-and-quality-standards/>

Babyology Care. What Pediatricians Look For In The Best Baby Lotion [インターネット] . Babyology Care ブログ. 2025年11月11日公開. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://babyology-care.com/blogs/posts/best-baby-lotion>

The Bump. 7 Best Baby Lotions Of 2026, Tested By Parents [インターネット] . The Bump公式サイト. 2026年3月4日公開. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://www.thebump.com/a/best-baby-lotion>

Sarkar R, Podder I, Agarwal S, ほか. Evidence-Based Consensus Recommendations For Skin Care In Healthy, Full-Term Neonates. *Pediatr Health Med Ther.* 2023;14:321-333. Doi:10.2147/PHMT.S421435. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://www.dovepress.com/evidence-based-consensus-recommendations-for-skin-care-in-healthy-full-peer-reviewed-fulltext-article-phmt>

Sarkar R, Podder I, Agarwal S, ほか. Evidence-Based Consensus Recommendations For Skin Care In Healthy, Full-Term Neonates. *Pediatr Health Med Ther.* 2023;14:321-333. Doi:10.2147/PHMT.S421435. PMC10465361. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10465361/>

Association Of Women's Health, Obstetric And Neonatal Nurses (AWHONN). Neonatal And Newborn Care Resources [インターネット] . AWHONN公式サイト. 2026年2月9日更新. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://www.awhonn.org/resources-and-information/nurse-resources/neonatal-and-newborn-care-resources/>

PlantoStore. EWG Verified Baby Products: Guide To Safe Baby Skincare [インターネット] . PlantoStore ブログ. 2024年11月18日公開. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://www.plantostore.com/blogs/news/ewg-verified-baby-products>

World Health Organization. Caring For A Newborn [インターネット] . WHO Your Life, Your Healthサイト. 2025年8月31日更新. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://www.who.int/tools/your-life-your-health/life-phase/newborns-and-children-under-5-years/caring-for-newborns>

Apollo HomeCare. Mother And Child Care [インターネット] . Apollo HomeCare公式サイト. 参照 2026年3月14日. 入手先: <https://www.apollohomecare.com/long-term-care/mother-and-child-care/>



RELATED POSTS



胸ニキビの原因とケア方法、治療の選択肢について

5月 2, 2026



コラーゲンとゼラチンの違いを正しく理解する

4月 7, 2026



新生児におすすめのスキンケア完全ガイド—保湿・入浴・安全なケアの基本

3月 31, 2026

- 症状
- 老化と肌の問題
- AGA/FAGA
- ストレス管理（気分とエネルギー）
- 免疫力とアレルギー
- 体重管理
- 血圧
- 消化器系の問題
- 骨と関節
- 栄養とライフスタイル
- 性感染症
- 性機能障害（EDと早漏）

- クイックリンク
- HOME
- ニュース
- 閲覧履歴
- お気に入り
- カート
- お知らせ
- 新規登録
- ショップに戻る

注文方法

「First Time Guide」初めてのガイド

【公式】お薬ショップ

▶

00:00

00:54

